

33. hét

Óvodás, iskolás alap étlap

08.11. - 08.15.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Almás-fahéjas tea Zöldfűszeres vajkrém Rozskenyér	Karamellás tej Kifli	Erdei gyümölcsös limonádé Sárgarépas sajtvarázskrém Teljes kiőrlésű kenyér	Tej Méz Margarin Félbarna kenyér	Meggyes tea Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér
Leves	Hamis gulyásleves	Zöldségkrémleves Pírtott kenyérkocka	Magyaros csipetkeleves	Erőleves Levesbetét	Paradicsomleves Betűtészta
Főétel	Grízes tészta Sárgabarck lekvár Porcukor	Mexikói húsos babragu Félbarna kenyér	Zöldborsófőzelék Dínó	Paprikásburgonya Vegyes vágott Félbarna kenyér	Rántott sertésszelet petrezselymes rizs Majonéz
			Nektarin		
Uzsonna	Sajt szelet Margarin Félbarna kenyér Paprika	Szendvicssonka Margarin Rozskenyér Uborka	Helyben sült csokikrémes rúd	Paprikás szalámi Margarin Rozskenyér Jégcsapretek	Puding Kifli
					Szilva

Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirsa, Pesti út 65.
 Csoportos adószám: 17783408-5-13
 Adószám: 26215833-4-13

Heti étlap 2025.08.11. - 2025.08.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
 Tízórai	Óvoda 4-6 éves	Almás-fahéjas tea Zöldfűszeres vajkrémes[7] Rozskenyér[1]	Karamellás tej[7] Kifli[1,(7)]	Erdei gyümölcs ízű limonádé Sárgarépás sajtvarászkrémes[7] Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Tej [7] Mézes Félbarna kenyér[1] Margarinnal(7)	Meggyes tea Olasz felvágottas Teljes kiőrlésű kenyér[1] Margarinnal(7)
		Energia: 345.67 Kcal / 1,444.90 KJ	Energia: 256.53 Kcal / 1,072.30 KJ	Energia: 238.14 Kcal / 995.43 KJ	Energia: 302.26 Kcal / 1,263.45 KJ	Energia: 267.06 Kcal / 1,116.31 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv6.95 g9.16 g8.39 g	FehérjeZsírT.Zsírsv10.56 g3.28 g1.73 g	FehérjeZsírT.Zsírsv6.76 g7.42 g3.32 g	FehérjeZsírT.Zsírsv12.72 g5.60 g2.71 g	FehérjeZsírT.Zsírsv8.37 g8.90 g3.23 g
		SzénhidrátCukorSó58.34 g27.98 g0.70 g	SzénhidrátCukorSó45.89 g12.49 g0.68 g	SzénhidrátCukorSó35.72 g5.99 g0.34 g	SzénhidrátCukorSó50.08 g8.10 g0.33 g	SzénhidrátCukorSó38.19 g9.99 g0.98 g
Ebéd	Óvoda 4-6 éves	Hamis gulyásleves [9,(1,3,6,7,12)] Grízes tészta[1,3] Baracklevárral(12) Porcukorral	Zöldségkrémleves[7,9] Pirított kenyérkockával[1] Mexikói húsos babragu[1] Félbarna kenyérral[1]	Magyaros csipetkeleves[1,3] Panírozott dínó Zöldborsófőzelékkel[1,7] Nektarin	Erőleves[9] Paprikás burgonya Vegyes vágottal[15,(10,12)] Félbarna kenyérral[1]	Paradicsomleves[1,9] Betűtészta[1,3] Rántott sertésszelet[1,3] Petrezselymes rizzsel Majonézzel[3,10,(1,7)]
		Energia: 458.93 Kcal / 1,918.33 KJ	Energia: 609.94 Kcal / 2,549.55 KJ	Energia: 483.35 Kcal / 2,020.40 KJ	Energia: 306.45 Kcal / 1,280.96 KJ	Energia: 1,558.40 Kcal / 6,514.11 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv11.41 g6.75 g1.07 g	FehérjeZsírT.Zsírsv27.20 g25.73 g6.33 g	FehérjeZsírT.Zsírsv13.70 g16.20 g2.70 g	FehérjeZsírT.Zsírsv13.50 g15.01 g3.85 g	FehérjeZsírT.Zsírsv21.85 g126.28 g16.09 g
		SzénhidrátCukorSó87.30 g24.34 g1.05 g	SzénhidrátCukorSó65.54 g0.02 g0.87 g	SzénhidrátCukorSó69.66 g12.06 g0.86 g	SzénhidrátCukorSó51.54 g0.01 g0.96 g	SzénhidrátCukorSó82.71 g3.00 g1.51 g
Uzsonna	Óvoda 4-6 éves	Félbarna kenyér[1] Trapista sajt szelettel[7] Margarinnal(7) Paprikával	Szendvics sonkás Rozskenyér[1] Margarinnal(7), Kígyóborkával	Helyben sült csokoládés rúd[1,7,(3,6,8,11,12)]	Paprikás szalámis Rozskenyér[1] Margarinnal(7) Jégcsapretekkel	Puding Kiflivel[1,(7)] Szilva
		Energia: 251.75 Kcal / 1,052.32 KJ	Energia: 200.70 Kcal / 838.93 KJ	Energia: 365.33 Kcal / 1,527.08 KJ	Energia: 224.00 Kcal / 936.32 KJ	Energia: 132.52 Kcal / 553.93 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv11.72 g8.30 g4.65 g	FehérjeZsírT.Zsírsv10.75 g3.39 g5.72 g	FehérjeZsírT.Zsírsv11.71 g26.46 g10.07 g	FehérjeZsírT.Zsírsv8.24 g7.68 g7.04 g	FehérjeZsírT.Zsírsv4.24 g0.88 g0.10 g
		SzénhidrátCukorSó32.45 g0.00 g0.55 g	SzénhidrátCukorSó31.77 g0.11 g1.23 g	SzénhidrátCukorSó19.66 g0.00 g1.38 g	SzénhidrátCukorSó30.50 g0.13 g1.17 g	SzénhidrátCukorSó26.40 g0.00 g0.41 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!
Eatrend Danubia Kft.
 2730 Albertirózsa, Pesti út 65.
 Cégjegyzéki szám: 17783403-5-11
 Adószám: 26215833-4-13
Élelmézszevető

Tételes étlap 2025.08.11. - 2025.08.17.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (KJ)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T. Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
8/11/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Almás-fahéjas tea	481,74	115,25	0,39	0,08	0,00	28,00	27,98	0,00		
		Zöldfűszeres vajkrémes	317,52	75,96	0,50	8,00	3,87	0,40	0,00	0,00	7	
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		E Hamis gulyásleves	350,32	83,81	1,93	2,99	0,55	11,92	0,09	0,49	9,(1),(3),(6),(7),(12)	
		Grízes tészta	1 158,52	277,16	9,38	3,76	0,52	51,13	0,00	0,56	1,3	
		Baracklekvárral	241,66	57,81	0,10	0,00	0,00	14,26	14,26	0,00	(12)	
		Porcukorral	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		U Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
		Trappista sajt szelettel	310,88	74,37	5,54	5,62	3,57	0,32	0,00	0,49	7	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Paprikával	20,48	4,90	0,30	0,08	0,00	0,75	0,00	0,00		
		Összesen:	4 415,53	1 056,35	30,08	24,21	14,11	178,09	52,32	2,30		
8/12/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Karamellás tej	615,51	147,25	6,80	3,00	1,63	23,09	12,49	0,27	7	
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		E Zöldsegkrémleves	316,68	75,76	0,81	6,52	1,14	3,33	0,02	0,30	7,9	
		Pirított kenyérkockával	108,11	25,86	0,98	0,10	0,03	5,23	0,00	0,00	1	
		Mexikói húsos babragu	1 800,44	430,73	22,47	18,81	5,07	41,29	0,00	0,57	1	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Szendvics sonkás	108,70	26,00	4,44	0,28	0,11	1,40	0,00	0,46		
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Kigyóborkával	12,29	2,94	0,25	0,03	0,19	0,43	0,11	0,01		
		Összesen:	4 460,77	1 067,17	48,51	32,40	13,78	143,20	12,62	2,78		
8/13/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6										
		T Erdei gyümölcs ízű limonádé	120,99	28,95	0,16	0,00	0,00	6,98	5,99	0,00		
		Sárgarépasajtvázskrém	280,80	67,18	1,04	6,69	3,28	0,61	0,00	0,26	7	
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		E Magyaros csipetkeleves	554,66	132,69	3,24	5,53	1,24	17,21	0,01	0,48	1,3	
		Panírozott dinó	94,18	22,53	0,56	1,59	0,24	1,38	0,06	0,08		
		Zöldborsófőzelékkel	1 024,96	245,21	8,49	8,39	1,14	33,40	11,99	0,30	1,7	
		Nektarin	346,63	82,92	1,41	0,69	0,08	17,67	0,00	0,00		
		U Helyben sült csokoládés rúd	1 527,08	365,33	11,71	26,46	10,07	19,66	0,00	1,38	1,7,(3),(6),(8),(11),(	
		Összesen:	4 542,91	1 086,82	32,17	50,08	16,09	125,04	18,05	2,58		
8/14/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Tej 1,5%*	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27	7	
		Mézes	136,75	32,72	0,04	0,00	0,00	8,10	8,10	0,00		
		Félbarna kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,18	31,38	0,00	0,00	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		E Erőleves	112,08	26,81	1,19	0,67	0,01	3,96	0,00	0,33	9	
		Paprikás burgonya	1 199,03	194,09	8,93	13,96	3,75	30,53	0,01	0,27		
		Vegyes vágottal	33,26	7,96	0,44	0,08	0,00	1,36	0,00	0,36	15,(10),(12)	
		Félbarna kenyérral	324,32	77,59	2,94	0,30	0,09	15,69	0,00	0,00	1	
		U Paprikás szalámis	206,56	49,42	1,96	4,58	1,61	0,03	0,00	0,40		
		Rozskenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	4,52	29,94	0,00	0,70	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		Jégcsapretekkel	11,80	2,82	0,22	0,02	0,01	0,53	0,13	0,01		
		Összesen:	3 868,41	832,71	34,46	28,29	13,60	132,12	8,24	2,46		
8/15/2025	bárány (00442)	Jászberény Óvoda 4-6 éves A										
		T Meggyes tea	170,52	40,79	0,07	0,01	0,00	10,00	9,99	0,00		
		Olasz felvágottas	279,89	66,96	2,74	6,16	2,29	0,06	0,00	0,84		
		Teljes kiőrlésű kenyér	593,61	142,01	5,56	0,73	0,04	28,13	0,00	0,08	1	
		Margarinnal	72,31	17,30	0,00	2,00	0,90	0,00	0,00	0,06	(7)	
		E Paradicsomleves	253,33	60,61	1,83	0,55	0,06	11,98	3,00	0,45	1,9	
		Betűtésztával	114,71	27,44	1,19	0,35	0,06	4,85	0,00	0,05	1,3	
		Rántott sertésszelet	1 327,73	317,64	12,67	22,89	3,60	14,80	0,00	0,65	1,3	
		Petrezselymes rizzsel	3 063,81	728,72	5,51	55,91	6,38	51,06	0,00	0,26		
		Majonézzel	1 772,28	423,99	0,65	46,58	5,99	0,02	0,00	0,10	3,10,(1),(7)	
		U Zott Liegeois-Kakaós tejszínhabos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
		Kifli	456,79	109,28	3,76	0,28	0,10	22,80	0,00	0,41	1,(7)	
		Szilva	97,16	23,24	0,48	0,60	0,00	3,60	0,00	0,00		
		Összesen:	8 202,14	1 957,98	34,46	136,06	19,42	147,30	12,99	2,90		